

ആസ്ത്മ

കേരള ശാസ്ത്ര സാഹിത്യ പരിഷത്ത്

വില 30 പൈസ

ഗ്രാമശാസ്ത്രജാഥ

“ഇന്ത്യ ഗ്രാമങ്ങളിലാണ് ജീവിക്കുന്നതെന്ന്” മഹാത്മജി പറഞ്ഞു. ആ വാചകത്തിന്റെ അർഥം ഉൾക്കൊള്ളാതെ ഇന്നും പലരും അതാവർത്തിക്കുന്നു.

ഗ്രാമങ്ങളിലെ ജനജീവിതം ഇന്നും പ്രശ്നങ്ങൾ നിറഞ്ഞതാണ്: അന്ധവിശ്വാസങ്ങളും അശാസ്ത്രീയതകളും ഇന്നും ഗ്രാമങ്ങളിൽ കൊടികുത്തി വാഴുന്നു.

ഗ്രാമത്തിലെ സ്കൂളിന്റെയും ആശുപത്രിയുടെയുമൊക്കെ സ്ഥിതി പരിശോധിച്ചു നോക്കൂ. ഗ്രാമത്തിലെ കൃഷിയുടെയും വികസന പ്രവർത്തനങ്ങളുടെയുമൊക്കെ സ്ഥിതി നോക്കൂ.

ഗ്രാമീണ വികസനത്തെ ഉദ്ദേശിച്ച് ഏറെ പദ്ധതികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യപ്പെടുന്നു. പക്ഷെ അവയിൽ ഭൂരിഭാഗവും ഏശേണ്ടിടത്ത് ഏശുന്നില്ല.

കർഷകനും കർഷകത്തൊഴിലാളിയും ചെറുകച്ചവടക്കാരും കൈത്തൊഴിലുകാരും എല്ലാം ഈ പന്തികേടിൽപെട്ട് നട്ടം തിരിയുന്നുണ്ട്.

എന്താണീ പന്തികേടിനുകാരണം? എന്താണിതിന് പരിഹാരം? ബഹുഭൂരിപക്ഷം വരുന്ന ജനങ്ങൾക്ക് സ്വന്തം പ്രശ്നങ്ങളെ ശാസ്ത്രീയമായി അപഗ്രഥിക്കാനും അവയ്ക്ക്

ശാസ്ത്രീയമായ പരിഹാരം കണ്ടെത്താനും കഴിഞ്ഞേ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് അറുതി വരൂ. ആവഴിക്കുള്ള ഒരെളിയ ശ്രമമാണ് ശാസ്ത്ര സാഹിത്യ പരിഷത്തിൻെറ ഗ്രാമശാസ്ത്ര ജാഥ.

ഗ്രാമീണപ്രശ്നങ്ങളുമായി ഇടപഴകുവാനും അവയ്ക്ക് ശാസ്ത്രീയമായ പരിഹാരം കണ്ടെത്തുന്നതിന് സഹായകമായ മാർഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചർച്ചചെയ്യുവാനും ഈ ജാഥ ശ്രമിക്കും.

ആധുനിക ശാസ്ത്രസാങ്കേതിക നേട്ടങ്ങളുടെ, ഗ്രാമതലത്തിലുള്ള പ്രസക്തി വിശദീകരിക്കുവാനും ഗ്രാമതലത്തിൽ നടന്നുവരുന്ന ചൂഷണങ്ങളുടെ പൊരുൾ ജനങ്ങളോടൊത്തിരുന്ന് വിശകലനം ചെയ്യുവാനും ഈ ജാഥ ശ്രമിക്കും.

നമ്മുടെ ഗ്രാമങ്ങളിൽ ശാസ്ത്രബോധത്തിൻെറതായ പുതിയൊരു വെളിച്ചം പടർത്തുന്നതിനുള്ള ഈ സംരംഭവുമായി സഹകരിക്കുവാൻ എല്ലാവരോടും അഭ്യർഥിക്കുന്നു.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി
ശാസ്ത്രസാഹിത്യ പരിഷത്ത്
പരിഷത്ത് ഭവൻ
തിരുവനന്തപുരം 695001

ജനറൽ കൺവീനർ
ഗ്രാമശാസ്ത്രസമിതി
ശാസ്ത്രസാഹിത്യ പരിഷത്ത്
വാഴയൂർ
രാമനാട്ടുകര

ആസ്ത്മ

1 എന്താണ് ആസ്ത്മ?
ശ്വാസനാളങ്ങളുടേയും അവയുടെ ഉപ ശാഖകളുടേയും വ്യാപകമായ സങ്കോചം (Narrowing).

2 ആസ്ത്മ ഒരു പാരമ്പര്യ രോഗമാണോ?
രണ്ടുതരം ആസ്ത്മ കണ്ടുവരുന്നുണ്ട്. വായുവിലടങ്ങിയിട്ടുള്ള വിവിധ പദാർത്ഥങ്ങൾ ശ്വസിക്കുന്നതുമൂലമുണ്ടാകുന്ന ആസ്ത്മ (ബാഹ്യകാരണങ്ങളാലുണ്ടാകുന്നത്). ഇപ്രകാരമല്ലാതുള്ളത് (ആഭ്യന്തരകാരണങ്ങളാലുള്ളത്). ഇതിൽ ബാഹ്യകാരണങ്ങളാലുണ്ടാവുന്ന ആസ്ത്മ കൂടുതലും പാരമ്പര്യമാണ്.

3 ബാഹ്യകാരണങ്ങളാലുണ്ടാകുന്ന ആസ്ത്മക്ക് കാരണമെന്ത്?
അലർജി

4 അലർജി എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു?
ലോകജനസംഖ്യയുടെ 10%ത്തിനും ഒന്നല്ലെങ്കിൽ മറെറാരു പദാർത്ഥത്തിന് അലർ

ജിയുള്ളതായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. പൂമ്പൊടി, പലതരം പൊടികൾ, പഞ്ഞി, തൂവൽ, തുകൽ, കമ്പിളി, പട്ടി–പൂച്ച എന്നിവയുടെരോമം, പെട്രോൾ, കീടനാശിനി, സാമ്പ്രാണിത്തിരി, രാസവസ്തുക്കൾ എന്നിവയുടെ സുഗന്ധം, പൗഡർ, സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ, ചെറുപ്രാണികൾ എന്നിവയെല്ലാം അലർജിയുണ്ടാക്കുന്ന വസ്തുക്കളാവാം. ഈ അലർജനുകളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്ന് ശ്വസിക്കാനിടയായാൽ അത് ശ്വാസനാളത്തിന്റെ അന്തർ പടലത്തിലുള്ള മാസ്ററുസെല്ലുകളിലെ റിയാജിനിക് പ്രതിരോധവസ്തുവുമായി കൂട്ടുചേരുന്നു. മാസ്ററുസെല്ലുകളിൽ നിന്ന് ചില സവിശേഷങ്ങളായ (ഹിസ്ററമിൻ സിറോടോണിൻ, പ്രോസ്റേറാഗ്ലാൻഡിൻ SRS–A) രാസവസ്തുക്കൾ ഉൽപാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. ഈ പ്രക്രിയകൾക്കെല്ലാംകൂടി അഞ്ചുമുതൽ പത്തുവരെ മിനിട്ടുമതി. ഉടനെ ശ്വാസനാളങ്ങളുടെ സങ്കോചം ആരംഭിക്കും. അലർജനുകൾ ശ്വസിച്ച് 6 മുതൽ 8 വരെ മണിക്കൂറുകൾക്കു ശേഷമായിരിക്കും ചിലപ്പോൾ രോഗബാധയുണ്ടാവുന്നത്.

5 ആന്തരികമായ കാരണങ്ങളാലുണ്ടാവുന്ന ആസ്ത്മ എന്നാൽ എന്ത്?

മിക്കവാറും 35 വയസ്സിനുശേഷമാണ് ഈ രോഗം കണ്ടുവരുന്നത്. ശ്വാസ

നാളത്തിലെ അന്തർപടലങ്ങളിലെ കോശങ്ങൾക്കെതിരായി പ്രതിരോധവസ്തുക്കൾ (Auto Antibodies) ഉൽപാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. ക്രമേണ ശ്വാസകോശത്തിന് കേടുസംഭവിക്കുന്നു. രക്തസമ്മർദം വർധിക്കുന്നു. ക്രമേണ ഹൃദയത്തിൻെറ വലതുഭാഗം കേടുവന്ന് രോഗി ഹൃദ്രോഗിയായി മരിക്കുന്നു.

6 ആസ്ത്മയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ ഏവ?

മൂക്കിനും കണ്ണിനും ചുററും തൊണ്ടയിലും ചൊറിച്ചിൽ, തുമ്മൽ, മൂക്കിൽനിന്ന് വെള്ളമൊലിക്കൽ, നെഞ്ചിൽ വിമ്മിട്ടം, ശ്വാസോഛ്വാസത്തോടൊന്നിച്ച് ചില ശബ്ദങ്ങൾ ഇവയാണ് അലർജിമൂലമുള്ള ആസ്ത്മയുടെ ആരംഭലക്ഷണങ്ങൾ.

7 സ്ററാററസ് ആസ്മാററിക്കസ് എന്നാലെന്ത്?

ആസ്ത്മ വിട്ടുമാറാതെ കുറെമണിക്കൂറുകളോ ദിവസങ്ങളോ രൂക്ഷമായി നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ.

8 ആസ്ത്മക്കുള്ള ചികിത്സാഘട്ടങ്ങൾ ഏവ?

ചികിത്സക്കു 4 ഘട്ടങ്ങൾ ഉണ്ട്. 1. ആസ്ത്മയുടെ ആക്രമണമുള്ളപ്പോൾ. 2. ഒരാക്രമണത്തിനും മറെറാന്നിനും ഇടയിലെ ചികിത്സ. 3. സ്ററാററസ് ആസ്ത്മാററിക്കസ് ഘട്ടത്തിലെ ചികിത്സ.

4. ആസ്ത്മയുടെ അനന്തരഫലങ്ങൾക്കുള്ള ചികിത്സ.

9 ആക്രമണസമയത്തെ ചികിത്സ എന്ത്?

ആക്രമണത്തെ താൽക്കാലികമായി ചെറുക്കുവാൻ അനവധി മരുന്നുകളുണ്ട്. കുത്തിവെപ്പുമരുന്നുകൾ, ഗുളികകൾ, ഇൻഹേലറുകൾ. ഏതുവേണമെന്ന് നിശ്ചയിക്കേണ്ടത് ഡോക്ടറാണ്.

10 ഫലപ്രദമായി ചികിത്സിക്കാൻ കഴിയുന്നത് ഏതുതരം ആസ്ത്മയാണ്?

അലർജി മൂലമുള്ളത്. ഓരോതരം അലർജൻറയും സത്തുക്കൾ കിട്ടും. അവയെ ചെറിയ മാത്രയിൽ ചർമത്തിൽ കുത്തിവെച്ചുണ്ടാകുന്ന പ്രത്യേകതകളിൽ നിന്നും അലർജിയുള്ള വസ്തുക്കളെ കണ്ടെത്താം.

അവയെ വളരെ കുറഞ്ഞ സാന്ദ്രതയിൽ ഇടവിട്ട് കുത്തിവെച്ച് അവക്കുള്ള പ്രതിരോധവസ്തുക്കളെ രക്തത്തിൽ ഉൽപാദിപ്പിക്കാൻ കഴിയുന്നു. പിന്നീട് ആ അലർജനുകൾ ശ്വസിച്ചാൽ ആസ്ത്മ ഉണ്ടാവില്ല. കാലക്രമത്തിൽ പ്രതിരോധവസ്തുക്കളുടെ അളവ് രക്തത്തിൽ കുറഞ്ഞാൽ രണ്ടാമതും കുത്തിവെക്കണമെന്നേയുള്ളൂ. (ബൂസ്ററർ ഡോസുകൾ) ആന്തരിക കാരണം കൊണ്ടുള്ള ആസ്ത്മക്ക് ഈ ചികിത്സകൊണ്ടൊന്നും പരിഹാരം ലഭിക്കില്ല.

11 എന്താണ് കോർട്ടിസോൺ ചികിത്സ?

രോഗി തീരെ അവശസ്ഥിതിയിലാണെങ്കിൽ കോർട്ടിസോൺ അടങ്ങിയ മരുന്നുകൾ നൽകുന്നു. കോർട്ടിസോൺ രക്തസമ്മർദം, പ്രമേഹം, എല്ലുദ്രവിക്കൽ എന്നിവയുണ്ടാക്കുന്നതാകയാൽ ആരോഗ്യനില വീണ്ടുകിട്ടിയാലുടനെ അതു പിൻവലിക്കണം. ആന്തരിക കാരണങ്ങളാലുണ്ടാവുന്ന ആസ്ത്മക്ക് രൂക്ഷഘട്ടത്തിൽ ഇതല്ലാതെ മരുന്നില്ലതാനും.

Printed at Social Scientist Press, Pattom, Tvm-4.